

Mongolie

ARKHANGAI TREK : DE LA VALLÉE DE L'ORKHON AUX HUIT LACS

Code voyage : **AMONORK**



TREK

Prochain départ confirmé le **08/06/2024**

A partir de **3 095 €**



 **Voyage en petit groupe**

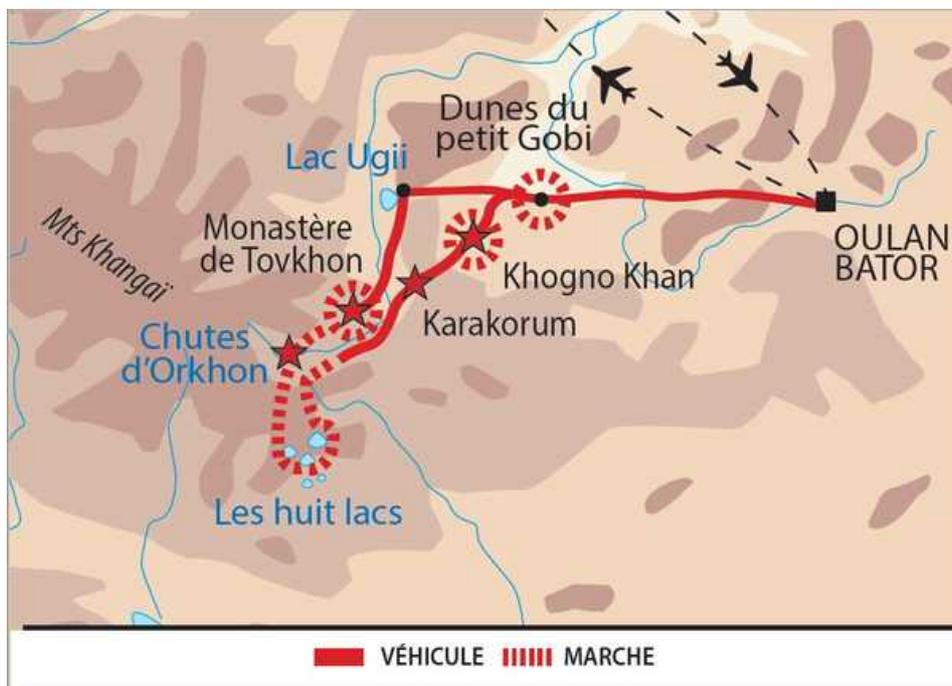
 Niveau : **3/5**

 **16 jours**

 **Vol inclus**

Un trek immersif chez les nomades du Khangai, de la vallée de l'Orkhon aux 8 lacs. Nous visitons à pied les « musts » du Parc national du Khangai qui font la célébrité et sont autant d'images d'Épinal de la Mongolie !

La Mongolie, terre de grands espaces, vit encore au rythme de la nature et des troupeaux. Durant ces deux semaines, nous plongeons au cœur de la Mongolie nomade. Loin des sentiers touristiques, nous découvrons à pied l'immensité de cet empire des steppes. Nous nous rendons tout d'abord au lac Ugii avant de rallier le monastère le Tovkhon. De là commence notre trek en autonomie qui nous emmène au rythme de la marche à la frontière de l'Arkhangai, de la vallée de l'Orkhon et de la région des Huit Lacs (Naiman nuur). Nous tirons enfin profit du chemin retour pour nous rendre à Karakorum, l'ancienne capitale de Gengis Khan. Sans oublier les superbes dunes du Petit Gobi et le monastère d'Erden Zuu, sans doute le plus célèbre du pays. Ce trek itinérant en compagnie de notre caravane de chevaux est un voyage dans le temps et une expérience de vie nomade forte : une immersion dans la Mongolie telle qu'on la rêve et l'imagine...



POINTS FORTS

- Sept jours d'itinérance à pied avec portage par les chevaux.
- Un maximum de nuits en yourte chez l'habitant pour vivre la Mongolie nomade !
- Des paysages variés de forêts, lacs, déserts, montagnes et steppe.
- Les dunes du Petit Gobi, le lac Ugii, Karakorum, et le monastère d'Erden Zuu...

Jour par jour

JOUR 1

PARIS - OULAN BATOR

Nous nous envolons de Paris pour la capitale de la Mongolie, Oulan-Bator.

DÉTAIL

Transport : Avion
Hébergement : Avion
Déjeuner : libre
Dîner : libre

JOUR 2

VISITE D'OULAN BATOR (1350 M)

Accueil à l'aéroport et transfert à l'hôtel. Installation et possibilité de visiter la capitale mongole avec un guide. Nous pouvons notamment voir la place de Sukhbaatar (héros national de la révolution), place principale située au centre d'Oulan-Bator. Dans l'après-midi, nous partons visiter le Musée national d'Histoire mongole, où sont exposées des collections nationales historiques et d'ethnographie. Déjeuner et dîner libres en ville. Nuit à l'hôtel.

DÉTAIL

Hébergement : Hôtel
Déjeuner : libre
Dîner : libre

JOUR 3

OULAN BATOR - LAC UGII (1400 M)

Ce matin nous commençons par la visite à 9h du monastère de « Gandan » ou « la grande place de la joie complète », pour assister à la cérémonie religieuse quotidienne. Le monastère fut le seul à rester officiellement en activité après les destructions et les purges massives de 1937-1938 perpétrées par Tchoïbalsan sous la houlette de Staline. Il ré-ouvre ses portes en 1944 : quelques moines maintenaient une activité bouddhiste, activité qui était montrée aux étrangers comme une curiosité et un folklore d'antan. Actuellement on compte plusieurs centaines de moines résidents et le monastère est redevenu la plus grande lamaserie du pays. Nous partons ensuite en direction du joli lac Ugii, réputé pour être très poissonneux (on peut y trouver 14 espèces de poissons comme les perches, les brochets, les truites, les carpes argentées etc.). C'est également une étape pour quelques oiseaux migrateurs, notamment l'oie sauvage et le pélican dalmatien. Nuit en camp de yourte.

DÉTAIL

Transport : 5h, 330 km
Hébergement : Camp de yourte

JOUR 4

LAC UGII - TSAGAAN SUM - TOVKHON (1900 M)

Journée de route en direction de monastère de Tovkhon. En chemin nous passons par les ruines d'une ancienne ville datant de l'époque de Turquie au VII-VIII^{ème} siècle. Nous arrivons chez notre famille d'accueil et découvrons la vie nomade et sa culture. Dîner et nuit sous la yourte d'hôte.

DÉTAIL

Transport : 6h, 170 km
Hébergement : Yourte chez l'habitant

JOUR 5

TREK AU MONASTÈRE DE TOVKHON (2300 M)

Dans la matinée, nous pouvons assister à la traite des yaks en compagnie de la famille et même essayer nous-même ! Ensuite nous sommes conduits au pied de la montagne et du monastère de Tovkhon. Nous montons à pied au très joli petit monastère-ermitage de Tovkhon Khiid qui se trouve sur le sommet de cette montagne sacrée. Il fut le lieu de méditation et de retraite de Zanabazar, un fameux lama mongol du 17^{ème} siècle qui introduisit le bouddhisme en Mongolie en 1648. C'est également un grand intellectuel et sculpteur de l'époque. L'ascension de la montagne nous mène à son sommet et jusqu'au temple d'où nous jouissons d'une vue splendide sur la région environnante. Dans l'après-midi, nous avons peut-être l'occasion de cuisiner quelques raviolis mongols et d'essayer le costume traditionnel (deel) que la dame de la famille fait elle-même. Nuit sous la yourte d'hôte.

DÉTAIL

Marche : 5h-6h
Dénivelé positif : 300 m
Dénivelé négatif : 600 m
Hébergement : Yourte chez l'habitant

JOUR 6

TREK DANS LA VALLÉE DE L'ORKHON (1700 M)

Après le petit déjeuner, nous marchons pour atteindre le lieu-dit d'« Uurtiin Tokhoi ». C'est ici que le conflit religieux entre Zanabazar (de la secte bouddhiste des Bonnets Jaunes) et Galdan boshigt (de la secte des Bonnets Rouges) a eu lieu au XVII^e siècle. Nous longeons la vallée de la rivière blanche de l'Orkhon (Tsagaan Sum) avant d'arriver non loin du petit village de Bat-Ulziit. La rivière Orkhon est une des plus grandes rivières de Mongolie, elle prend sa source dans la chaîne montagneuse du Khangai et s'écoule sur 1124 km vers le nord pour se jeter dans le fleuve Selenge juste avant la frontière Russe puis le lac Baïkal. La vallée est un véritable carrefour de civilisations, reliant l'Orient à l'Occident sur la « Route de la soie ». Nous arrivons chez la seconde famille nomade qui nous accueille pour de bons moments passés ensemble. Dîner et nuit sous la yourte.

DÉTAIL

Marche : 5h-6h

Dénivelé positif :
300 m

Dénivelé négatif :
100 m

Hébergement : Yourte
chez l'habitant

JOUR 7

VALLÉE ET CHUTES D'EAU DE L'ORKHON (ULAN TSUTGALAN 1900 M)

Nous poursuivons notre chemin à travers la célèbre vallée de l'Orkhon, classée au patrimoine mondial de l'UNESCO pour la richesse de son patrimoine culturel et historique. Nous arrivons chez notre guide qui nous accompagne pour la suite du trek jusqu'aux Huits Lacs et chez qui nous dormons. Possibilité de faire une excursion aux chutes de la rivière Ulaan Tsutgalan où l'eau se déverse en une jolie cascade bien connue des mongols tout comme des voyageurs. Dîner et nuit sous la yourte.

DÉTAIL

Marche : 6h

Dénivelé positif :
150 m

Hébergement : Yourte
chez l'habitant

JOUR 8

TREK VERS LES HUIT LACS (NAIMAN NUUR) - PARC NATIONAL DU KHANGAI (1900 M)

En chemin aujourd'hui, nous avons encore la possibilité d'aller admirer la chute de la rivière Orkhon. Puis nous partons en direction du parc naturel des « Huit Lacs ». Ces lacs ont tous été formés sur d'anciens volcans aujourd'hui recouverts de mélèzes, de pins et de cèdres. L'ensemble est protégé et inaccessible aux véhicules, le cheval ou la marche à pied sont les seuls moyens d'explorer cet endroit reculé et sauvage. Notre guide local nous fait découvrir la région des Huit Lacs, au cœur des massifs montagneux du Khangai. Nous passons la nuit chez une nouvelle famille nomade sous la yourte.

DÉTAIL

Marche : 6h

Dénivelé positif :
150 m

Hébergement : Yourte
chez l'habitant

JOUR 9

JOURNÉE NOMADE ET VALLÉE DE KHYATRUUN (1900 M)

Aujourd'hui, nous profitons d'une journée de repos bien méritée pour partager la vie nomade avec la famille de notre guide mongol. Au programme, une petite randonnée dans la matinée jusqu'à un point de vue et pour ceux qui le souhaitent. Nous pouvons par la suite aider aux activités quotidiennes comme participer à la confection du fromage ou yaourt mongol, ou bien jouer avec les enfants. Nous pouvons aussi nous promener dans la vallée de Khyatruun où il y a des animaux sauvages comme notamment des sangliers, loups et cerfs. Seconde nuit sous la yourte d'hôte chez la même famille.

DÉTAIL

Marche : 3h

Dénivelé positif :
300 m

Dénivelé négatif :
300 m

Hébergement : Yourte
chez l'habitant

JOUR 10

TREK DE HUIT LACS - LAC KHUIS (2200 M)

Dans la matinée nous longeons les grandes forêts de conifères, accompagnés des chevaux de bat sur lesquels est chargée toute la logistique et nous arrivons au lac Khuis situé à 2 200 m d'altitude. Le soir nous rejoignons notre famille d'accueil pour passer la nuit sous la yourte dans cet endroit de rêve.

DÉTAIL

Marche : 6h

Dénivelé positif :
500 m

Dénivelé négatif :
200 m

Hébergement : Yourte
chez l'habitant

JOUR 11**TREK DES HUIT LACS : LAC SHIREET (2450 M)**

Aujourd'hui nous marchons jusqu'au plus grand lac, le lac Shireet. Nous passons par les lacs Shanag, Bugat, Khaliun. Le lac Shireet est un des plus beaux lacs de la région, d'une superficie d'environ 10 km², 3,4 km de longueur, 1,2 km de largeur et d'une profondeur de 16 m. C'est un petit trésor bleu lové au milieu de paysages lunaires verdoyants. Seuls les bruits de la nature nous accompagnent ici. Retour dans la même famille au bord du lac Khuis pour une seconde nuit sur place lors de cette fin de trek en semi-itinérance.

DÉTAIL**Marche** : 7h**Dénivelé positif** :
250 m**Dénivelé négatif** :
250 m**Hébergement** : Tente
ou yourte**JOUR 12****TREK DES HUIT LACS - POSSIBLE BALADE À DOS DE CHEVAL - RIVIÈRE ORKHON (1900 M)**

Profitions de notre dernier jour de trek ! Nous rentrons dans la vallée de l'Orkhon en passant par un autre chemin qu'à l'aller et nous arrivons à l'endroit appelé « Bodongiin khamar ». Nous continuons en voiture jusque chez notre guide local où nous repassons la nuit. Possibilité d'une randonnée à cheval d'une heure (sans supplément). Le soir la famille de notre guide nous prépare un plat mongol traditionnel nommé « Khorkhog », puis c'est le moment de dire « au revoir » à l'équipe locale. Nuit sous la yourte d'hôte.

DÉTAIL**Transport** : 1h, 20 km**Marche** : 4h**Activité** : 2h**Dénivelé positif** :
200 m**Dénivelé négatif** :
500 m**Hébergement** : Yourte
chez l'habitant**JOUR 13****RUINES DE KARAKORUM - MONASTÈRE D'ERDENE ZUU - MONTAGNE DE KHOGNO KHAN**

Dès le matin nous faisons un stop à Karakorum où nous découvrons une part importante de l'Histoire mongole. En 1220, Gengis Khan avait décidé d'y établir son camp de base, laissant ici femmes et administration centrale durant ses campagnes militaires, sur la rive gauche du fleuve Orkhon. Nous visitons ensuite le monastère d'Erdene Zuu dont le nom signifie « les cent trésors » et qui fut le premier monastère bouddhiste à structure fixe à s'établir en Mongolie. Nous sommes enfin emmenés en véhicule jusqu'à la réserve et au Parc National de la montagne de Khogno Khan. Nous y découvrons d'étonnantes formations rocheuses. Notre dernière famille nomade nous accueille, et nous avons du temps pour passer un agréable moment avec eux. Dîner et nuit sous la yourte.

DÉTAIL**Transport** : 5h, 130 km**Hébergement** : Yourte
chez l'habitant**JOUR 14****TREK KHOGNO KHAN - POSSIBLE BALADE À DOS DE CHAMEAU - DUNES DU PETIT GOBI**

Après le petit déjeuner nous nous rendons à pied jusqu'à la montagne Khogno Khan, où nous nous promenons au milieu de formations rocheuses de granite et pouvons visiter le petit monastère d'Ovgon où quelques moines officient toujours. Non loin de là nous admirons, par la suite, les dunes d'Elsen Tasarkhai que l'on appelle ici les dunes du « Petit Gobi » en raison des dunes de sable et du paysage qui rappellent le grand désert de Gobi plus au sud. Toute cette région est surprenante car elle rassemble quasiment tous les écosystèmes de Mongolie à elle seule : steppe, désert, montagne, voire forêt sibérienne. Nous visitons les lieux et si le temps le permet et que le cœur nous en dit, il est possible d'effectuer une balade à dos de chameau. Nuit au sein de la même famille.

DÉTAIL**Marche** : 5h**Activité** : 1h**Hébergement** : Yourte
chez l'habitant**JOUR 15****RETOUR A OULAN BATOR ET SPECTACLE DE CHANTS DIPHONIQUES**

Aujourd'hui nous quittons les steppes de l'Arkhangai en revenant peu à peu à la « civilisation » et à Oulan-Bator. Un temps est consacré aux emplettes pour ceux qui le souhaitent dans des boutiques de commerce équitable et de cachemire, une spécialité locale. A 18h nous assistons à un spectacle traditionnel de musiques (Tumen Ekh folk music), danses et chants diphoniques mongols avant le dernier dîner (libre) en compagnie de vos accompagnateurs.

DÉTAIL**Transport** : 4h-5h**Hébergement** : Hôtel**Dîner** : libre



Départ pour l'aéroport et vol de retour vers la France pour une arrivée le même jour.

Déjeuner : libre

Dîner : libre

À NOTER

Huwans est membre du groupe Altaï, réseau d'agences locales nature et aventure implanté dans 30 pays. Afin de vous offrir un plus grand nombre de départs garantis, ce voyage est proposé par une autre entreprise du groupe Altaï : Atalante, l'esprit Trek.

Les temps de marche et de transport sont donnés à titre indicatif. Ils peuvent évoluer au gré des groupes, des conditions météorologiques et opérationnelles. Le cas échéant, l'accompagnateur se réserve le droit de modifier le programme.

Dates & prix

LES PROCHAINS DÉPARTS

(informations au 10/05/2024)

Nombre de participants : de 4 à 13

DU	AU	PRIX TTC / PERS.	DÉPART CONFIRMÉ ?
SAM. 08/06/24	DIM. 23/06/24	3 370 €	DÉPART CONFIRMÉ
SAM. 06/07/24	DIM. 21/07/24	3 625 €	DÉPART CONFIRMÉ
SAM. 20/07/24	DIM. 04/08/24	3 700 €	DÉPART CONFIRMÉ 3 PLACES RESTANTES
SAM. 03/08/24	DIM. 18/08/24	4 370 €	COMPLET
SAM. 24/08/24	DIM. 08/09/24	3 195 €	DÉPART INITIÉ
SAM. 07/09/24	DIM. 22/09/24	3 095 €	DÉPART CONFIRMÉ

✓ Le prix comprend

- Les vols internationaux et les taxes aériennes
- L'encadrement par un guide-accompagnateur francophone
- Les transports terrestres
- Les excursions détaillées dans le programme ainsi que les visites des musées
- Les balades d'initiation à dos de cheval et chameau
- Les hébergements comme indiqués dans le fil des jours
- La pension complète, sauf les repas mentionnés comme « libres » dans le fil des jours

✗ Le prix ne comprend pas

- Les frais d'inscription (à partir de 12 ans) : 18 € par personne
- L'assurance voyage
- La contribution à la neutralité carbone : 10€ par personne

À payer sur place

- Les boissons et l'eau minérale pendant le séjour (cf rubrique «Alimentation»)
- Les repas mentionnés comme « libres » dans le fil des jours (comptez 10 € environ par repas)
- Les pourboires aux équipes locales (cf rubrique « Pourboires »)



Assurances au choix

- **Assurance multirisque** : 4,1 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque avec extension épidémie** : 5,1 % du voyage par personne
- **Assurance premium (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.)** 5 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque premium avec extension épidémie (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.)** : 6,1 % du voyage par personne

Pour ce voyage, nous vous recommandons notre assurance multirisque, spécialement étudiée pour le voyage d'aventure.



Départs de province

Les prix ci-dessus sont calculés au départ de Paris (si le vol est inclus), sont soumis à disponibilité au moment de votre réservation, et sont susceptibles d'augmenter au fur et à mesure que le départ se rapproche.

Des départs d'autres villes sont possibles. Pour plus d'informations, nous consulter.

+ Options

- Transfert à Oulan Bator aéroport/hôtel ou inversement (1 à 3 personnes) : 40 € par personne.
- Le supplément chambre individuelle à Oulan Bator uniquement (100 €). Logement single dans les camps de yourte possible, à voir directement sur place.

Détail du voyage

NIVEAU

7 jours de trek et randonnées sur des terrains variés, sans difficultés techniques particulières. Peu de dénivelé.

Une bonne condition physique et une expérience de randonnée sur plusieurs jours sont préférables. Pour les plus sédentaires, nous vous recommandons de pratiquer une activité d'endurance (marche ou vélo) 1 à 2 fois par semaine dans les deux mois avant le départ.

ENCADREMENT

- Un guide-interprète local francophone pendant toute la durée du séjour
- Un guide local supplémentaire pendant le trekking de l'Orkhon et des 8 lacs

ALIMENTATION

Vous trouverez de tous les types de restaurants à Oulan Bator, de la cuisine traditionnelle avec les pâtes au mouton, à la cuisine plus occidentale.

Hors des villes, les repas sont pris en plein air et sont préparés à base de produits locaux par vos hôtes. La cuisine se compose essentiellement de viande, fréquemment cuisinée en ragoût avec pommes de terre ou carottes (boeuf, mouton), de féculents (pâtes et riz), ou de soupes. On trouve peu de légumes et de fruits frais en dehors d'Oulan Bator. Ne vous étonnez pas si après quelques jours, vous n'en avez plus au menu : le stock emporté de la capitale aura tout simplement été épuisé. Mais vous aurez l'occasion de trouver parfois des fruits sur les marchés des rares villes que vous traverserez. De même si vous êtes lassé du mouton et réclamez du poulet « pour changer », sachez que l'on en trouve pas en dehors d'Oulan Bator. Patience donc et compréhension seront les clés du plaisir que vous prendrez à voyager en Mongolie.

Pendant le trekking, de l'eau bouillie est à disposition chaque jour pour remplir vos gourdes. Durant votre séjour les boissons, y compris l'eau minérale, sont votre charge. Vous pouvez remplir vos gourdes d'eau dans les villages, les sources, les hôtels, ou dans les jerricans disposés à cet effet, mais il est indispensable de la traiter avec des pastilles purifiantes (de micropur ou d'hydrochlonezine). Évitez autant que possible l'achat de bouteilles en plastique qu'il faut ensuite recycler. Si vous devez acheter de l'eau en bouteille, nous vous conseillons d'acheter des bouteilles de grande contenance et (5 litres par ex) et remplir vos gourdes au fur et à mesure. Si vous souhaitez acheter des bouteilles, vous pouvez en avvertir votre guide en début de circuit afin de prévoir une halte à cet effet.

Les Mongols sont de grands buveurs de thé salé : le süütei tsai, le breuvage national. Une autre boisson prisée des hommes est l'arkhi (vodka) et ceux qui refusent d'en boire perdent l'estime de leurs congénères. Les éleveurs produisent leur propre boisson, l'aïrag : du lait de jument fermenté, avec un taux d'alcool d'environ 3%. On le distille souvent davantage de manière à porter à 12° le degré d'alcool : il alors devient le shimiin arkhi.

HÉBERGEMENT

A Oulan Bator: hôtel 3* (standard du pays) en chambre double, salle de bain privative.

Sur ce voyage, nous utilisons habituellement l'hôtel "Voyage Hotel" (<http://www.voyagehotel.mn/>).

**en fonction de la disponibilité. En cas d'indisponibilité, vous logerez dans des logements de niveau équivalent.*

En yourte chez l'habitant :

- Nous privilégions au maximum les yourtes chez l'habitant (Yourte d'hôtes): elles sont mises à disposition par des familles locales, la convivialité des échanges s'équilibre avec un confort plus rudimentaire. 4 à 6 lits/personnes par yourte, des tentes sont installées à proximité des yourtes si le groupe dépasse la capacité des yourtes. Les repas très simples correspondant aux habitudes de la famille, surtout à base de viande de mouton et de féculents (se référer à la rubrique « Alimentation »).

En cas de bivouac : tentes dôme 3 places pour 2 personnes. Matelas gonflable fourni. Il vous faut prévoir un sac de couchage.

En guesthouse familiale (yourtes): La taille reste modeste et l'accueil très personnel. Les guesthouses sont toutefois tenues par des nomades qui en font une de leurs activités estivales en plus du pastoralisme. On y gagne en confort avec la présence de sanitaires et de douches souvent par exemple. Et l'on y perd peu finalement en authenticité par rapport aux yourtes chez l'habitant. La cuisine demeure familiale.

En camp de yourtes :

- Au gré des disponibilités, il est également possible que vous logiez en camp de yourtes : hébergements spécialement conçus pour les touristes mongols ou étrangers. 2 à 4 lits/personnes par yourte. Douches solaires (parfois chaude) et sanitaires presque toujours disponibles sur place. Les repas sont pris dans un espace « restaurant » et sont élaborés et complets.

DÉPLACEMENT

1/ TRANSPORT INTERNATIONAL :

En Mongolie, nous utilisons des vols réguliers au départ de Paris (s'opérant toute l'année et à heure fixe). Vous volerez principalement avec la compagnie Turkish Airlines. Les départs de certaines villes de province demeurent possibles (nous consulter).

Important : ces informations sont données à titre indicatif. En fonction des disponibilités au moment de votre inscription, les compagnies aériennes et horaires de vol peuvent être différents des informations mentionnées ci dessus.

2/ DÉPLACEMENT DANS LE PAYS :

- Véhicules de type fourgon russe 4x4 (8 places UAZ). Ces véhicules sont robustes et résistants pour affronter les pistes du Gobi, et se réparent facilement en cas de panne.

Ce voyage implique de longs déplacements et beaucoup de kilomètres effectués sur des pistes, pas toujours en bon état, c'est un élément difficile du voyage.

- Pendant le trek, vos bagages sont transportés par une caravane de chevaux dans le Parc des Huit Lacs, éventuellement par des yaks.

BUDGET & CHANGE

La monnaie locale est le tugrik (MNT). Pour connaître le taux de change en temps réel, nous vous conseillons de vous rendre sur le site www.xe.com

Vous trouverez des distributeurs de billets et des bureaux de change en ville.

Pour palier à toute éventualité, nous vous conseillons d'avoir sur vous environ 100 € en espèce.

POURBOIRES

Le pourboire n'est en rien une obligation et doit être laissé à l'appréciation de chacun. Son montant dépend de la qualité du service rendu et doit tenir compte de l'économie locale. Les pourboires trop importants, compte tenu du niveau de vie général du pays visité, déstabilisent les équilibres économiques locaux. Bien que très peu répandue en France, sa pratique l'est dans le monde entier. Pour ce voyage, nous vous conseillons un montant entre 40 et 80 € par personne, répartis comme suit en fonction du service et de la taille du groupe :

15-30 €/personne pour le chauffeur

25-50 €/personne pour le guide francophone

Nous ne recommandons pas de pourboires pour les familles et les guides locaux. Parce que malheureusement à la campagne, cela biaise souvent l'échange humain. Des petits cadeaux sont toujours les bienvenus en revanche.

Équipement

MATÉRIEL FOURNI SUR PLACE

- Tentes
- Matelas gonflable
- Trousse de secours collective

VÊTEMENTS À PRÉVOIR

Équipement recommandé pour le trekking, à adapter en fonction de la période de voyage. Notez que la météo peut-être très changeante au cours d'une même journée. Il convient donc d'emporter des vêtements chauds.

- Casquette ou chapeau
- Bonnet
- Tour-de-cou (buff) ou foulard pour se protéger du soleil
- Gants
- T-shirt ou chemise en matière synthétique (séchage rapide)
- Sous-vêtements thermiques (t-shirt et collant) pour la nuit
- Veste polaire chaude
- Veste coupe-vent imperméable et respirante avec capuche
- Cape de pluie
- Doudoune pour les pauses ou le soir
- Pantalon de marche confortable
- Chaussettes de marche
- Chaussures de marche imperméables et robustes, avec semelle adhérente
- Chaussures légères ou sandales pour le soir et les journées de voyage
- Un maillot de bain peut être utile

EQUIPEMENT À PRÉVOIR

- Sac de couchage (T° confort de -5°C à 0°C en juin juillet/août, et -10°C "par précaution" en septembre)
- Bâtons de randonnée télescopiques
- Un tapis de sol ou matelas gonflable de randonnée (facultatif, pour améliorer le confort de couchage)
- Lampe frontale et piles de rechange
- Gourde de 1,5 litres ou 2 équivalentes (camel bag ou gourdes rigides)
- Filtre à eau ou pastilles pour traiter l'eau avant de la boire
- Nécessaire de toilette (privilegiez les produits biodégradables)
- Serviette à séchage rapide
- Lingettes nettoyantes biodégradables
- Lunettes de soleil avec indice de protection élevé
- Crème solaire haute protection
- Gel hydroalcoolique pour les mains
- Mouchoirs
- Papier toilette
- Livre, jeu de carte... pour s'occuper en fin de journée
- Sacs plastiques pour protéger vos affaires de la pluie

Prenez de quoi rassembler vos déchets toxiques (piles, aérosols, batteries, tubes de pommade, emballage de pellicules photo...) afin de les ramener en France, où le tri est bien fait et efficace. Un conseil : évitez au maximum d'emmener les emballages du matériel ou équipement que vous auriez acheté avant de partir. Toujours cela en moins à ramener en France...

BAGAGES

Prévoyez 2 sacs de voyage, et éventuellement un 3e sac "d'appoint" pour le trek :

- 1 grand sac de voyage (ouverture frontale ou sac à dos). Valises à éviter.
- 1 sac à dos de 25-30 litres pour la journée.
- Pendant le trek, vous pouvez laisser vos gros sacs de voyage avec notre chauffeur, et confier vos affaires dans un sac "d'appoint" aux chevaux qui les achemineront à chaque étape. Vous ne portez sur vous que vos affaires de la journée.

LIMITE DE POIDS : sur les vols internationaux, votre sac de soute ne doit pas dépasser le poids maximum de 20 Kg ! Le bagage à main est aussi limité à 10 kg. Attention au volume de ce bagage qui doit pouvoir entrer dans les compartiments situés au-dessus des sièges. Sur les vols intérieurs (le cas échéant), le poids total (soute + cabine) est limité à 15 kg. En principe, le surcoût est facturé 1,5 dollars US par kilo.

Les frais de surcharge de bagage éventuels sont à votre charge.

Attention, certains pays interdisent l'importation et l'utilisation des cigarettes électroniques, nous vous recommandons donc vivement de vous renseigner auprès des autorités compétentes (MAE, ambassade, consulat) avant votre départ.

PHARMACIE

Votre accompagnateur dispose d'une trousse de secours de première urgence pendant le circuit. Celle-ci ne contient pas de médicaments car votre guide n'est pas autorisé à en donner (il n'est pas médecin) ! Il est donc important que chaque voyageur dispose de sa pharmacie personnelle.

En plus de vos traitements habituels, nous vous recommandons de prendre avec vous* :

- Antalgiques (ex. paracétamol)
- Anti-inflammatoires
- Anti-diarrhéiques
- Antibiotiques large spectre
- Antihistaminiques
- Collyre pour les yeux
- Pastilles pour la gorge
- Désinfectant
- Pansements
- Thermomètre
- Crème hydratante

*ces recommandations ne remplacent en aucun cas une consultation médicale !

Formalités & santé

PASSEPORT

Valable plus de 6 mois après la date de retour.

Les enfants doivent posséder un passeport individuel. Ils ne peuvent plus être inscrits sur le passeport de leurs parents.

A partir du 15 janvier 2017, un enfant qui voyage à l'étranger sans être accompagné de l'un de ses parents doit présenter les 3 documents suivants :

- Pièce d'identité valide du mineur : carte d'identité ou passeport + visa éventuel en fonction des exigences du pays de destination (à vérifier en consultant les fiches pays du site diplomatie.gouv.fr)
- Photocopie du titre d'identité valide du parent signataire : carte d'identité ou passeport
- Formulaire d'autorisation de sortie du territoire signé par l'un des parents titulaire de l'autorité parentale.

NB : cette autorisation peut être requise par certains pays lorsque l'enfant mineur voyage avec un seul de ses parents (par exemple : Algérie, Maroc, Suisse : à vérifier en consultant les fiches pays du site diplomatie.gouv.fr

VISA

ATTENTION : nous vous invitons à bien vérifier les formalités auprès de l'Ambassade de Mongolie avant de faire les démarches car celles-ci peuvent changer rapidement.

Exemption de visa pour la Mongolie

L'Ambassade de Mongolie à Paris a confirmé la suppression du visa pour les voyageurs Français et Européens, pour les années 2023 à 2025.

Cette exemption temporaire de visa est valable pour les séjours touristiques d'une durée jusqu'à 30 jours. Elle s'inscrit dans le cadre du programme "Bienvenue en Mongolie" promu par le gouvernement mongol.

Les nationalités de France, Union Européenne, Suisse et Royaume-Uni sont concernées par cet assouplissement des formalités d'entrée en Mongolie.

CARTE D'IDENTITÉ

Non

VACCINS

Pour connaître les vaccinations et les traitements conseillés pour votre voyage, consultez :

- Le site du Ministère des Affaires Étrangères :

<https://www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseils-aux-voyageurs/conseils-par-pays-destination/mongolie/>

- Le site de l'Institut Pasteur :

<https://www.pasteur.fr/fr/centre-medical/preparer-son-voyage/mongolie>

RECOMMANDATIONS SANITAIRES

Les obligations sanitaires de chaque pays face à la pandémie évoluent fréquemment, il est important et de votre responsabilité de les consulter jusqu'au jour de votre départ sur le site du ministère des affaires étrangères, rubrique "Conseil aux voyageurs